Bakat Sukses

52 Tips Jitu untuk Meningkatkan Keahlian Anda Menuju Kesuksesan

Daniel Coyle

Penulis Bestseller *New York Times*

Bakat Sukses

52 Tips Jitu untuk Meningkatkan Keahlian Anda Menuju Kesuksesan

Daniel Coyle

KELOMPOK PUSTAKA ALVABET

Diterjemahkan dari
The Little Book of Talent

Penerjemah: Dewi Wulansari
Editor: Indi Aunullah
Proofreader: Asep Sopyan
Penyelia: Chaerul Arif
Desain sampul: Ujang Prayana
Tata letak: Priyanto

Cetakan 1, Januari 2013

Diterbitkan oleh Penerbit Gemilang
(Kelompok Pustaka Alvabet)
Anggota IKAPI

Ciputat Mas Plaza Blok B/AD
Jl. Ir. H. Juanda No. 5A, Ciputat
Tangerang Selatan 15412 - Indonesia
Telp. +62 21 7494032, Faks. +62 21 74704875
Email: redaksi@alvabet.co.id
www.alvabet.co.id

Perpustakaan Nasional RI. Data Katalog dalam Terbitan (KDT)

Coyle, Daniel
Bakat Sukses: 52 Tips Jitu untuk Meningkatkan Keahlian Anda Menuju Kesuksesan/Daniel Coyle;
Penerjemah: Dewi Wulansari; Editor: Indi Aunullah
Cet. 1 — Jakarta: Penerbit Gemilang, Januari 2013
176 hlm. 13,5 x 17 cm

ISBN 978-602-19854-3-4

1. Pengembangan Diri I. Judul.

Untuk Jen

Diri kita adalah apa yang kita lakukan berulang kali. Karena itu, keunggulan bukanlah sebuah tindakan melainkan sebuah kebiasaan.

—Aristoteles

ISI

PENDAHULUAN

Kisah Buku Kecil Ini

Beberapa tahun yang lalu, sewaktu mengerjakan tugas untuk sebuah majalah, saya mengunjungi beberapa pusat persemaian talenta: tempat-tempat kecil yang menghasilkan sejumlah besar pelaku kelas dunia dalam olahraga, seni, musik, bisnis, matematika, dan bidang-bidang lainnya. Tempat-tempat seperti:

- Sebuah klub tenis kumuh di Moskow yang selama tiga tahun sebelumnya berhasil mencetak lebih banyak petenis wanita peringkat 20 teratas ketimbang yang dihasilkan seluruh Amerika Serikat.
- Sebuah perkemahan musik Adirondacks yang sederhana, di mana hanya dalam tujuh minggu

murid-muridnya mampu meraih kemajuan yang biasanya dicapai selama satu tahun.

- Sebuah sekolah negeri dalam-kota di San Mateo, California, yang dalam waktu empat tahun mengubah para siswanya dari kelompok yang selalu menduduki peringkat terendah dalam nilai matematika nasional menjadi kelompok yang meraih angka sembilan puluh enam dari nilai seratus.
- Sebuah studio vokal di Dallas yang selama dasawarsa terakhir membina talenta-talenta musik pop bernilai jutaan dolar.
- Sebuah akademi ski di Vermont dengan jumlah murid seratus orang, yang mampu menghasilkan lima puluh pemain ski tingkat Olimpiade selama empat puluh tahun terakhir.

Riset yang saya lakukan juga mengantar saya pada pusat persemaian yang lain: berbagai laboratorium dan pusat riset di seluruh negeri yang mempelajari ilmu baru di bidang pengembangan bakat. Sejak dulu, secara naluriah orang berpendapat bahwa bakat sebagian besarnya bersifat bawaan, suatu karunia yang dianugerahkan sejak lahir. Namun sekarang, berkat penelitian yang dilakukan oleh

berbagai kelompok ilmuwan, termasuk Dr. K. Anders Ericsson, Dr. Douglas Fields, dan Dr. Robert Bjork, keyakinan-keyakinan lama mengenai bakat itu mulai dijungkirbalikkan. Sebagai gantinya, suatu pandangan baru mulai terbentuk, pandangan yang menyatakan bahwa bakat tidak terlalu ditentukan oleh gen yang kita miliki, melainkan lebih banyak oleh tindakan kita: tepatnya, gabungan antara latihan yang tekun dan motivasi yang menghasilkan pertumbuhan otak.* Proyek saya berkembang menjadi sebuah buku berjudul *The Talent Code*, yang bicara tentang bagaimana berbagai pusat persemaian talenta itu berhasil menyelaraskan diri dengan mekanisme alamiah otak dalam memperoleh kemahiran.

Namun demikian, seiring waktu, perjalanan yang saya lalui itu memiliki efek samping yang tak terduga. Selain sebagai wartawan, saya adalah ayah dengan empat anak, pelatih *bisbol* sukarela, dan suami dari seorang istri yang juga pemain hoki. Sebagai sebuah keluarga, setiap hari kami bergulat dengan berbagai pertanyaan dan kegelisahan seputar proses untuk mendapatkan serta mengembangkan

* Mengapa otak? Karena mengembangkan bakat sepenuhnya berkaitan dengan otak. “Ingatan otot” tidak benar-benar ada, karena otot-otot kita sekadar melakukan apa yang diperintahkan otak kita. Jadi, ilmu baru ini dapat diringkaskan sebagai berikut: Anda ingin mengembangkan bakat Anda? Bentuklah otak yang lebih baik melalui latihan intensif.

kemahiran. Bagaimana kami dapat membantu putri kami mempelajari tabel perkalian? Bagaimana kami membedakan antara bakat sejati dengan minat sesaat?Apakah cara terbaik untuk membangkitkan motivasi? Bagaimana kami mendorong kemajuan mereka tanpa harus menjadi orangtua yang kejam atau tanpa membuat anak-anak merasa tertekan dan tidak bahagia? Ternyata, mengunjungi tempat-tempat yang luar biasa ini tidak saja merupakan kesempatan bagi saya untuk menjadi wartawan. Kunjungan tersebut juga merupakan kesempatan bagi saya untuk menjadi pelatih dan ayah yang lebih baik.

Diawali ketika saya mengunjungi persemaian talenta yang pertama, Klub Tenis Spartak di Moskow. Pada hari pertama di sana, saya berjalan memasuki klub tersebut dan melihat deretan petenis yang sedang mengayunkan raket mereka dalam gerakan lamban, tanpa bola, sementara seorang pengajar melakukan koreksi kecil terhadap gerakan-gerakan mereka. Saya memperhatikan pengajar yang secara rutin menggabungkan kelompok-kelompok umur. Saya memperhatikan sorot tajam yang terpancar di mata pemain-pemain muda itu sewaktu menyaksikan para bintang yang lebih senior, seolah mereka sedang mematrikan gambaran tentang pukulan *forehand* dan *backhand* yang sempurna ke

dalam otak mereka. Di dalam otak saya sendiri pun mulai terbentuk suatu pemikiran.

Saya benar-benar bisa menerapkan cara ini di tempat saya.

Sejak saat itu, setiap kali menemukan sepotong nasihat atau metode yang barangkali berguna, saya selalu menuliskannya dalam buku catatan saya kemudian menandai halaman itu dengan kertas penanda berwarna merah muda yang mencolok. Saya menuliskan beberapa tips seperti *Selalu lebih-lebihkan gerakan-gerakan baru; Perkecil ruang latihan;* dan (tips favorit saya) *Banyak-banyaklah tidur siang.* Sepanjang tahun itu, bagian tepi buku catatan saya makin banyak dipenuhi kertas berwarna merah jambu.

Nasihat tersebut ternyata berhasil—sangat berhasil, jika dilihat dari kemajuan pesat dan stabil pada permainan biola dan piano anak-anak saya, kemahiran bermain hoki istri saya, serta catatan menang-kalah tim Liga Kecil yang saya latih (10-3; tim pilihan yang saya latih, yang sebelumnya selalu tampil buruk, hampir berhasil mencapai tingkat wilayah). Setelah *The Talent Code* terbit, saya mulai menerima kabar dari banyak kelompok yang menggunakan prinsip-prinsip yang dimuat dalam buku tersebut untuk menyusun program pengembangan-bakat mereka sendiri—sebuah sekolah negeri di Maine, program keperawatan di Minnesota,

akademi golf di Florida, kursus persiapan SAT di California, tim bola basket perguruan tinggi Divisi I, perusahaan perangkat lunak, berbagai organisasi pelatihan untuk operasi khusus militer, serta sejumlah tim olahraga profesional. Saya terus melakukan perjalanan, mengunjungi lebih banyak lagi pusat persemaian talenta, berdiskusi dengan banyak pengajar pakar, dan menempelkan semakin banyak kertas penanda warna merah-jambu. Pada suatu titik saya menyadari bahwa saya harus menata semua nasihat ini dan menyusunnya dalam satu wadah.

Buku inilah wadah itu.

Isinya berupa kumpulan tips yang mudah dan sederhana untuk meningkatkan kemahiran, yang diambil langsung dari berbagai pusat persemaian talenta yang saya kunjungi dan dari ilmuwan-ilmuwan yang melakukan penelitian terhadapnya. Nasihat ini sudah teruji di lapangan, memiliki landasan ilmiah, dan, yang terpenting, singkat. Karena bagaimana pun juga, kita semua menjalani kehidupan yang sibuk dan kompleks. Orangtua atau guru, anak-anak atau pelatih, seniman atau pengusaha, semuanya ingin memanfaatkan waktu dan tenaga dengan sebaik-baiknya. Untuk mengembangkan bakat, kita bisa menggunakan sebuah buku panduan pengguna, sebuah dasar untuk

mengatakan *Lakukan hal ini, bukan hal itu.* Kita bisa memanfaatkan seorang pelatih pakar yang muat dalam saku. Kita bisa menggunakan sebuah buku kecil.

Cara Menggunakan Buku Ini

Mari kita mulai dengan hal-hal dasar:

1. Kita semua mempunyai bakat.
2. Kita tidak tahu pasti bagaimana cara mengembangkan bakat-bakat tersebut semaksimal mungkin.

Bagi sebagian besar kita, masalahnya berkisar pada satu kata: "bagaimana". Bagaimana kita dapat mengenali bakat yang ada dalam diri kita dan orang-orang terdekat kita? Bagaimana cara kita memupuk bakat pada tahap awal? Bagaimana kita dapat meraih kemajuan paling pesat dalam waktu paling singkat? Bagaimana cara kita memilih satu di antara beragam strategi, pengajar, dan metode yang berlainan?

Buku ini disusun berdasarkan gagasan bahwa cara terbaik untuk mengembangkan bakat Anda adalah dengan mengikuti teknik-teknik yang sudah terbukti dari berbagai pusat persemaian talenta. Aneka tips yang saya kumpulkan

terbagi dalam tiga kategori yang juga membentuk bagian-bagian buku ini:

1) *Memulai:* berbagai gagasan untuk membangkitkan motivasi serta menciptakan sebuah cetak-biru untuk kemahiran yang ingin Anda kembangkan.
2) *Meningkatkan Kemahiran:* beragam metode dan teknik untuk memperoleh kemajuan paling pesat dalam waktu paling singkat.
3) *Mempertahankan Kemajuan:* aneka strategi untuk mengatasi kemacetan, menjaga motivasi agar tetap berkobar, serta membangun berbagai kebiasaan demi keberhasilan jangka-panjang.

Setiap bagian terdiri dari serangkaian tips. Tips-tips ini singkat—bukan karena terlalu disederhanakan, tetapi karena memang kesederhanaan itulah intinya. Walaupun ilmu syaraf yang menjadi dasar buku ini memang memesona dan rumit, namun semuanya kembali pada sebuah kebenaran mendasar: *Tindakan kecil, yang dilakukan berulang-ulang, mengubah diri kita.* Sebagaimana dijelaskan pelatih vokal Linda Septien, "Ini bukan sulap, juga bukan ilmu yang rumit. Ini soal kerja dengan keras, dan kerja dengan cerdas."

Ini juga tentang kerja dengan cara yang sesuai dengan kehidupan kita. Karena itulah buku ini dibuat untuk dibawa-bawa—diselipkan dalam saku, kotak instrumen, atau tas olahraga. Itu juga yang menjadi alasan disediakannya halaman kosong untuk catatan Anda.

Apa pun bakat yang ingin Anda kembangkan, mulai bermain golf, belajar bahasa asing, memainkan gitar, sampai mengelola sebuah bisnis kecil, yakinlah akan satu hal: Anda dilahirkan dengan perlengkapan untuk mengubah kecanggungan seorang pemula menjadi tindakan cepat nan tangkas. Kemampuan itu tidak dikendalikan oleh gen, melainkan oleh diri Anda sendiri. Tiap hari, tiap sesi latihan, adalah sebuah langkah maju menuju masa depan yang berbeda. Ini adalah gagasan yang menjanjikan, dan yang paling menjanjikan dari gagasan tersebut adalah bahwa ia merupakan sebuah fakta.

1 MEMULAI

Tatap, Curi, dan Jangan Enggan Menjadi Bodoh

Kita sering diberi tahu bahwa bakat bermula dari karunia genetik—bahwa orang-orang berbakat dapat dengan mudah meraih prestasi yang hanya bisa dibayangkan oleh sebagian besar kita. Ini keliru. Bakat bermula dari pertemuan singkat namun berpengaruh yang memicu timbulnya motivasi dengan menghubungkan identitas Anda pada pribadi atau kelompok yang sangat berprestasi. Inilah yang disebut penyulutan, yang berupa gagasan kecil namun berpengaruh, gagasan yang membangkitkan pikiran bawah-sadar Anda: *Aku bisa seperti mereka.*

Bagian pertama ini bicara tentang menciptakan momen penyulutan, dan tentang bagaimana menyalurkan energi penyulutan itu lewat cara yang paling konstruktif. Tips yang diberikan meliputi beberapa ranah—pola-pikir, bagaimana merancang latihan untuk kemahiran yang ingin Anda kembangkan, serta bagaimana meningkatkan proses belajar Anda dengan mencuri secara efektif dari orang-orang yang berprestasi—tapi semua tips itu mempunyai sasaran yang sama: menciptakan pemantik, dan menggunakan bahan bakar yang tersedia untuk latihan mendalam.

TIPS 1

TATAPLAH SOSOK YANG INGIN ANDA TIRU

Jika suatu ketika Anda mengunjungi sejumlah pusat persemaian talenta, Anda akan terpana melihat betapa banyaknya waktu yang dicurahkan oleh para pelajar untuk memperhatikan orang-orang dengan prestasi terbaik. Ketika mengatakan "memperhatikan", yang saya maksud bukanlah mengamati secara pasif. Yang saya bicarakan adalah tatapan—semacam pandangan tanpa kedip yang lekat dan saksama, yang Anda lihat pada mata kucing kelaparan atau bayi yang baru lahir.

Kita semua hidup dengan "layar" berupa orang-orang yang ada di hadapan kita; salah satu kunci untuk membangkitkan motivasi Anda adalah dengan memenuhi layar Anda dengan berbagai citra yang jelas mengenai diri Anda di masa depan, dan menatap citra-citra itu setiap